

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

FREITAG

SAMSTAG

SONNTAG



Vormittag reserviert
Personal Training



Vormittag reserviert
Personal Training



Vormittag reserviert
Personal Training



Vormittag reserviert
Personal Training



8:00 - 8:50
FAMO Pilates Deep Flow



9:15 - 10:30
FAMO Vinyasa Yoga Flow



10:45 - 11:45
FAMO Yoga Mobility Flow



10:45 - 11:45
Bewegte Rückbildung



9:00 - 9:50
FAMO Pilates Deep Flow



10:00 - 11:30
Weekend FAMO Vinyasa
Yoga Flow & Yin/Nidra



Mittag reserviert
Firmen & Vereine



Mittag reserviert
Firmen & Vereine



12:00 - 12:50
FAMO Pilates Deep Flow



12:15 - 13:05
FAMO Pilates Deep Flow



Nachmittag reserviert
Personal Training



13:15 - 14:05
FAMO Pilates Mobility Flow



Abend reserviert
Firmen & Vereine



18:00 - 18:50
FAMO Pilates Deep Flow



18:00 - 19:15
Weekend FAMO Vinyasa
Yoga Flow & Yin/Nidra



19:00 - 20:15
FAMO Vinyasa Yoga Flow



18:30 - 19:20
ACTIVE CITY BADEN
Sanftes Yoga im Kurpark

Weekend Flows am Freitagabend & Samstagmorgen im Studio Baden: Daten, Infos & Anmeldung unter «Events».
Outdoor Events: Bitte eigene Matte mitbringen. Daten, Infos & Anmeldung unter «Events».
Anfragen für Personal Training, sowie für Firmen & Vereine: monika@sportshealthyoga.ch.

www.sportshealthyoga.ch

